

《高端形象管理---高管商务礼仪与形象塑造》 主讲人 刘子娅

【课程收获】

优秀者，更注重形象与思想同行，于整体中显和谐，于搭配中显平衡，于局部中彰显个性化特质，一言一行，举手投足，彰显不凡见地！

- 1.掌握个人职场，商务生活化妆发型技巧。
- 2.学会服装饰品搭配，从购买到搭配，到整体塑造，形成系统穿搭方法。
- 3.掌握不同场合商务社交，职场签约谈判的形象塑造，灵活展示商务社交魅力。
- 4.了解品牌服饰文化，真正把品牌服饰的高贵及内涵展示出来。
- 5.掌握高雅社交商务礼仪，跨越社交圈层，展现商务社交魅力。
- 6.了解美学素养文化，自如出入高端社交场合，展示品味气质风采。

【课程亮点】

- 老师多年电台，新闻发布会，一线实战经历要学员更直观，深入学习。
- 从基础理论到系统搭配塑造，深入浅出，旁征博引。
- 经典影视分析+生活案例+实操互动学习，灵活风趣，快速掌握
- 老师资深培训经历和一线实战经验，学习更直观，落地性强，学后即用
- 了解不同圈层文化特点，突破圈层，展示优秀自我，赢得更多机遇

【课程对象】

企事业中高层管理者 商务销售 商务外交工作人员

【课程时间】 2天（6小时/天）

【课程大纲】

第壹章 窈窕淑女，陌上君子，仪容讲解

一：浓妆淡抹总相宜

（一）：化妆必懂基础知识（女）

- 1.生活化妆品鉴别及购买技巧
- 2.个人皮肤特点及五官特征分析
- 3.轻松眼妆画法技巧
- 4.口红腮红，你不知道的神奇
- 5.10分钟妆容造型如何打造

（二）：越高级，越裸妆--妆容变化技巧

- 1.打造小V脸的轻松秘诀
- 2.学习裸妆基本技巧
- 3.职业妆，生活妆，宴会妆,的妆容转换技巧
- 4.学习裸妆基本技巧

理论+实操+互动，做到独立完成个人妆容塑造

三：男士，需要化妆吗？

1. 如何清洁皮肤才是正确的
2. 职场，男士要注意哪些仪容事项
3. 职场商务男士必知的护肤知识

三：发型，快速改变外在形象气质的有力武器

- 1.职场商务与生活发型的风格特点
- 2.实操讲解如何定位适合自己的发型
- 3.实操讲解职场生活发型要点
- 4.实操讲解男士发型塑造要点

5.实操讲解发型与个人风格服饰的搭配要领

小结总结，妆容造型要点及技巧

第二章：色彩服饰搭配，整体形象塑造

一：掌握穿搭知识技巧，定位个人穿搭风格（女）

（一）服饰搭配必知的基础知识

1. 认知形体特征，是美丽的开始
2. 搭配，必须要懂得的色彩知识
3. 黑白灰，职场商务低调的奢华
4. 你所疏忽的面料图案，蕴藏大学问
5. 了解服装廓形，对号入座，你才有“形”
6. “帽美如花”，“包饰身价”“足下生辉”搭配方法
7. 掌握“七搭配”“五配合”，服饰搭配无所不能
8. 掌握购物“三三原则”，衣橱永远不再缺少一件衣服

（二）：塑造高雅知性形象，展现实力光环

- 1 了解服装品牌文化，正确购买高端及奢侈品服饰。
- 2 奢侈品牌，搭配合适才是王者。
- 3 商务宴会，塑造高雅之美
 - 旗袍之美，要女人风姿婉约
 - 宴会上礼服的风情溢彩，更需要优雅穿搭
4. 职场商务，知性专业的着装搭配技巧
5. 西装，小黑裙的职场“惊艳”搭配技巧
- 6 假期旅行，做最美的风景
- 7 英伦与法式浪漫服饰，精英卓越者的最爱
- 8 .形象“断舍离”，究竟断的是什么

二：男士形象塑造

（一）男士形象塑造必知的基础知识

1. 形象品味，是礼仪素养还是江湖地位
2. 认知自我身材特征，方可“型”走天下
3. 男士如何选择服饰色彩？哪些色彩彰显高品味
4. 男士衣橱必备哪些服装单品
5. 如何低调彰显高品质，高品味个人形象

（二）西装---永远的‘精英风采’

- 1，学会购买，挑选西装很重要
2. 领带，西装的灵魂
3. 衬衫的选择搭配，西装重中之重
4. 西装，衬衫，领带的高级搭配技巧
5. 穿西装必须要懂得礼仪

（三）西装，也需要时尚

1. 不同身材，年龄，身份穿西装的区别
2. 如何把西装穿出“年轻潮范”
- 3，西装时尚休闲的搭配方式
4. 高雅休闲装是需要“规矩”的
5. 饰品，要男人如虎添翼”

三：高雅形象素养，必须要了解服饰奢侈品牌文化

1. 什么是品牌文化
2. 什么是奢侈品文化
3. 了解品牌文化才有高雅搭配
4. 职场商务，如何选择奢侈品牌
5. 奢侈品牌如何搭配，彰显最大化品牌经济价值
6. 了解东西方美学素养的差异，才是真“品位”
7. 学会品牌文化，享受品味生活，结交品位人脉

以上部分教学方式：精美 PPT 图片 + 品牌视频分析 + 互动探讨

第四部分：商务社交，更需要风度

一：姿态，生命最美的律动

1. 站坐行不仅仅是肢体动作
2. 双手，暴露你的小心思
3. 展示“态”美，素养大美体现

二：吃相，是你灵魂的长相（餐饮礼仪）

1. 吃相，究竟指的是什么
2. 商务宴请，社交商谈，如何表现个人“吃相”
3. 商务宴请，如何点菜？
4. 葡萄美酒夜光杯，别要“吃相”暴露圈层
5. 餐桌上，如何展现“金者贵，品者高”的餐饮礼仪
5. 买单，见人品和情商
6. 不要忘记宴请结束的礼仪素养

三 商务社交，“意”难忘人格魅力

1. 优雅大方的谈吐，比形象更有想象力
2. 态势语，暴露你的社交圈层
3. 情深动人，倾听才有价值
4. 永远不要忘记语音语调的运用
5. 优雅下午茶，要女人更精美
6. 茶香品茗，清雅自来
7. 馈赠礼品，“送对”大于“买贵”
8. 礼仪，不仅仅是礼貌素养，更是观人智慧

尾声：总结 + 情景演绎 + 考核，

【温馨提示】

- 以上课程内容可根据客户需求及身份职位，自由添加或删减内容，包括高端礼仪。